

# La psicomotricidad en el Currículo Extremeño de Educación Infantil. Puesta en práctica: Sesión psicomotriz "¿Conoces tu cuerpo?"

**Título:** La psicomotricidad en el Currículo Extremeño de Educación Infantil. Puesta en práctica: Sesión psicomotriz "¿Conoces tu cuerpo?". **Target:** Maestros/as de Educación Infantil, maestros/as de Educación Física. **Asignatura:** Psicomotricidad. **Autor:** Ana Belén Pérez Serrano, Maestra. Especialidad en Educación Infantil.

El diccionario de la Real Academia Española (RAE) reconoce tres significados del término psicomotricidad. El primero de ellos menciona la facultad de moverse que nace en la psiquis. El segundo hace referencia a integrar las funciones psíquicas y motrices, mientras que el tercero se orienta a las técnicas que permiten coordinar estas funciones.

El concepto de psicomotricidad, por lo tanto, está asociado a diversas facultades sensoriomotrices, emocionales y cognitivas de la persona que le permiten desempeñarse con éxito dentro de un contexto.

Cuando hablamos de desarrollo psicomotor en los niños y niñas de cero a seis años, debemos entenderlo como un todo integrado por aspectos motrices y psicológicos.

A través de la acción el niño va descubrir el mundo que le rodea, va adquirir conocimiento de las cosas y de sí mismo.

Por tanto, la psicomotricidad es uno de los aspectos fundamentales del desarrollo en la etapa infantil. Se relaciona muy directamente con una de las capacidades en las que están formulados los objetivos de la etapa, recogidos en el Artículo 13 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo de Educación (LOE) que es la *capacidad motora*.

## 1. LA PSICOMOTRICIDAD EN EL CURRÍCULO EXTREMEÑO DE EDUCACIÓN INFANTIL

La LOE atribuye al Gobierno la competencia para fijar aspectos básicos del currículo que constituyen las enseñanzas mínimas, mientras corresponde a las Administraciones Educativas Competentes de cada Comunidad Autónoma, establecer el currículo del que formarán parte dichos aspectos básicos.

En este artículo se reflejan los aspectos básicos sobre psicomotricidad del Currículo Extremeño de Educación Infantil, puesto que es en Extremadura donde desempeño mi labor docente. Este Currículo queda establecido por el Decreto 4/2008, de 11 de enero.

La psicomotricidad está presente en todos los **objetivos** planteados en el Currículo Extremeño de Educación Infantil, pero su presencia resulta más evidente en los siguientes:

➤ En el primer ciclo de la etapa:

- *Descubrir, conocer y controlar, progresivamente su propio cuerpo, sus elementos básicos y características, actuando cada vez de forma más autónoma, y valorando sus posibilidades y limitaciones para ir adquiriendo una imagen lo más ajustada posible de sí mismo.*
- *Participar en las propuestas de juego, de rutinas y otras actividades entre iguales y presentadas por las personas adultas, disfrutando y aprendiendo a regular sus intereses, conocimientos, sentimientos, y emociones.*
- *Desarrollar las capacidades sensoriales para favorecer la comprensión y el conocimiento dl entorno.*
- *Utilizar diferentes técnicas de expresión y representación y disfrutar con sus producciones y con las de los demás.*

➤ En el segundo ciclo:

- *Conocer su propio cuerpo y el de los otros, adquirir la coordinación y el control dinámico general, actuar con seguridad y aprender a respetar las diferencias personales y a valorarlas.*
- *Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales, desarrollando hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y la salud.*
- *Desarrollar habilidades comunicativas a través de la lengua oral y de otros lenguajes y formas de expresión, iniciándose en la lecto-escritura y en el uso de la lengua extranjera.*

Con respecto a los **Bloques de Contenidos**, la psicomotricidad está presente en todas las áreas. Pero se relaciona especialmente con:

➤ En el Área de Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, nos centramos en los bloques:

- Bloque I: El cuerpo y la propia imagen.
- Bloque II: Juego y movimiento.

➤ En el Área de Conocimiento del Entorno, los contenidos de psicomotricidad están presentes a través de los contenidos procedimentales de búsqueda y exploración del entorno.

➤ En el Área de Los Lenguajes: Comunicación y Representación, encontramos contenidos que inciden tanto en la psicomotricidad fina, como en la gruesa, teniendo los en cuenta los bloques:

- Bloque III: Lenguaje plástico.
- Bloque IV: Lenguaje musical.
- Bloque V: Lenguaje corporal.

Por otra parte, otro término importante que aparece en el Currículo son las Competencias Básicas a desarrollar en los niños y niñas. Podemos definir las Competencias Básicas como: *“una combinación de destrezas, conocimientos, aptitudes, actitudes y la disposición de aprender, además del saber cómo”*.

Estas Competencias fueron formuladas por la Unión Europea y adaptadas convenientemente a las características del sistema educativo español, se establecen ocho competencias básicas. Entre todas las Competencias, podemos observar como algunas se relacionan con el desarrollo psicomotor que son:

- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
- Competencia de autonomía e iniciativa personal.

Las Competencias Básicas se trabajan en el aula de forma globalizada, al igual que cualquier otro aprendizaje que llevemos a cabo en esta etapa. Por lo que, aunque en algunos temas se trabajen más unas que otras, hay que tener presente siempre todas y cada una de ellas.

## 2. PUESTA EN PRÁCTICA: SESIÓN PSICOMOTRIZ “¿CONOCES TU CUERPO?”

### Datos de la sesión:

**Ciclo:** 2º

**Curso:** 2º

**Edad:** 4 años

**Temporalización:** 40 minutos

**Material:** aros, cuerdas, pelotas, música, dibujos.

**Instalaciones:** Aula de educación física.

**Organización:** Individual, parejas.

**Metodología:** Estilos de enseñanza cognitivos: el descubrimiento guiado.

### **Objetivos didácticos:**

- Conocimiento e identificación de algunas partes del cuerpo.
- Tomar conciencia de las diferentes posibilidades de acción.
- Coordinación entre las diversas partes del cuerpo.

### Desarrollo de la sesión:

#### **La sesión contará de tres puntos a desarrollar:**

- **1-Momento de encuentro:** Pondremos a los alumnos en círculo y nos iremos pasando una pelota, diremos nuestro nombre y la parte del cuerpo que nos guste, todo esto se hará mientras señalemos con la pelota esa parte del cuerpo.
- **2- Realización de actividades:** Vamos ocupando el espacio, en primer lugar siendo motos (uno solo), luego coches (dos personas), luego autobuses (de tres personas en adelante) y al final formaremos un tren (muchas personas) e iremos en tren hacia los diferentes rincones donde aprenderemos las distintas partes del cuerpo ( cuando vayamos en tren sonará una música acorde a la situación).

Vamos ahora a nombrar y explicar los tres rincones con los que nos encontraremos en la sesión:

Nos pondremos en pareja y a la orden del profesor nos tocaremos los ojos, la boca, la nariz, la oreja, el pelo y el cuello. Colocaremos a los alumnos en círculo y les enseñaremos la siguiente canción, que deberán ir representando:

*“En mi cara redondita  
tengo ojos y nariz y  
también tengo una boca  
para comer y reír.  
Con mis ojos veo todo,  
Con la nariz hago jachís!  
Y con la boca yo  
como palomitas de maíz”*

Ahora nos espera el tren y éste al ritmo de la música nos llevará a otro rincón, el de las manos, para hacer este ejercicio nos tenemos que poner en parejas. El objetivo que trata de conseguir esta actividad es llegar a conocer las palmas, dorsos y dedos de las manos, tendremos en este juego una actividad inicial en la cual el profesor presentará estas partes diciendo: “Estas son: las palmas de mis manos, los dorsos y los dedos”.

Tendremos que ir repitiendo provocando las preguntas en los alumnos, estas son...

Puestos ya en la actividad principal de esta actividad de manos el profesor preguntará ¿quién puede...?

- 1- Frotar las:
  - a) Palmas.
  - b) Dorsos.
  - c) Dedos.
- 2- Hacer palmas.
- 3- Hacer pitos.
- 4- Situarse frente a un compañero y juntar:
  - a) Las palmas. (Aplaudir)
  - b) Dorso.
  - c) Dedos.

Nos montamos en el tren y vamos hacia el tercer rincón, en el que encontramos un pequeño circuito con cuerdas, aros y pelotas. Este circuito tendrá tres partes:

- 1- Tendremos que ir de puntillas hasta encontrarnos un banco, cuando nos lo encontremos lo tendremos que saltar de la manera que se quiera pero con cuidado.
- 2- Habrá una cuerda a lo largo que nos divide el circuito, por lo que tendremos que seguir haciéndolo con un pie a cada lado.
- 3- Para finalizar, nos encontraremos con algunos aros que deberemos de ir saltando con pies juntos.

Para finalizar estos rincones nos montamos en el tren al son de la música y nos iremos dando una vueltecita por el pabellón, a la orden del profesor nos detendremos y haremos una actividad global que nos servirá de recordatorio de todo lo que hemos aprendido hoy, esta actividad global se apoyará en una canción, la cual será representada por los alumnos al mismo tiempo que suena la música.

#### ➤ **Relajación:**

Con una música de fondo muy suave iremos imaginando lo siguiente:

- Somos una vela y nos vamos apagando y derritiendo.
- Una vez apagados nos tumbamos en el suelo.
  1. Nos ponemos cómodos (estiramos todo el cuerpo)
  2. Cerramos los ojos (primero suavemente y después los apretamos)

3. Con los brazos estirados cerramos el puño, primero suavemente y después fuerte, subimos y bajamos los brazos lentamente y luego repentinamente.
4. Subimos cada pierna lentamente y luego la dejamos caer.
5. Por último con los pies estirados, los achuchamos. Nos quedamos unos segundos respirando y poco a poco nos volvemos a levantar, porque alguien nos ha vuelto a encender.

#### **Bibliografía**

Ley Orgánica 2/2006 de 3 mayo de Educación.

Decreto 4/2008 de 11 de enero, por el que se aprueba el Currículo de Educación Infantil para la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Competencias básicas: claves del éxito educativo de todos y todas. Publica: Junta de Extremadura (Consejería de Educación), 2008.